

Manual para la Comunidad Hispano/Latina

Organizando la Comunidad Hispano/Latina para la Prevención de Alcohol, Tabaco y Drogas Ilícitas


U.S. DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES
Substance Abuse and Mental Health Services Administration
Center for Substance Abuse Prevention

SAMHSA

CSAP Center for Substance Abuse Prevention
Substance Abuse and Mental Health Services Administration

Comité Asesor Hispano/Latino

Quiero expresar nuestro sincero agradecimiento a cada uno de los miembros del Comité Asesor por su valiosa y significativa contribución en el desarrollo de la "Iniciativa Hispana/Latina." Sus esfuerzos fomentarán la buena salud de nuestras comunidades en los años venideros.

Nelba Chávez, Ph.D.
Administrator, SAMHSA

Karol L. Kumpfer, Ph.D.
Director, SAMHSA/CSAP

Mariela Alarcon
National Council of La Raza
Washington, DC

Felipe Gonzalez Castro, M.S.W., Ph.D.
Professor
Department of Psychology
Arizona State University
Tempe, AZ

Irene Redondo-Churchward
Executive Director
Project INFO Community Services
Whittier, CA

Jaime Delgado
Community Mental Health Team
Institute for Juvenile Research
University of Illinois-Chicago
Chicago, IL

Eunice Díaz
Health Care Consultant
Santa Barbara, CA

Patricia Fennell
Latino Community Development Agency
Mental Health & Anti-Addiction Services Administration
Hato Rey, Puerto Rico

Eduardo Hernández, Ph.D.
Cal Partners Coalition
Sacramento, CA

Tomas Leon
National Hispanic/Latino Cluster
Tucson, AZ

Henry C. Lozano
President and CEO
CA for Drug-Free Youth, Inc.
Sacramento, CA

Mireya Martinez
Coordinator
Girls Advocacy Project
Department of Juvenile Justice
Miami, FL

Hector E. Méndez, LCS
Executive Director
La Familia Counseling Service
Hayward, CA

Jeannette Noltenius, Ph.D.
Latino Council on Alcohol & Tobacco
Washington, DC

Eduardo Olivarez
Chief Executive Officer
Rio Grande Valley Council on Alcohol & Drug Abuse
Edinburgh, TX

Priscilla Parilla-Jacobs
RADAR Network Coordinator
Oklahoma City, OK

Gloria Rodriguez, Ph.D.
Executive Director
AVANCE San Antonio, TX

James Sayers, Ph.D.
Co-Chair
Deputy Director
Center for Substance Abuse Prevention
SAMHSA

Luisa del C. Pollard, M.A.
Chair
Center for Substance Abuse Prevention
SAMHSA

Tabla de Contenido

I. Introducción

¿Qué materias trata este manual?

Este manual contiene guías e instrumentos que servirán de ayuda a los grupos comunitarios en su organización para confrontar el grave problema de la juventud hispano/latina; el consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas.

Es claro que los esfuerzos de prevención están marcando una diferencia, pero ciertos grupos, tales como los hispanos/latinos, no están gozando de estos positivos resultados en el mismo grado que otros.

¿Por qué este manual se ha enfocado hacia la comunidad hispano/latina?

A través de los Estados Unidos, muchos padres de familia, grupos de jóvenes y organizaciones comunitarias están tomando medidas para prevenir el consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas en sus comunidades. Están formando sólidos movimientos locales para prevenir y disminuir el consumo de dichas substancias. Estos esfuerzos ya están marcando una diferencia. En realidad, estudios efectuados recientemente, demuestran que, en general, el consumo de drogas y alcohol entre la juventud de los Estados Unidos ha disminuido.



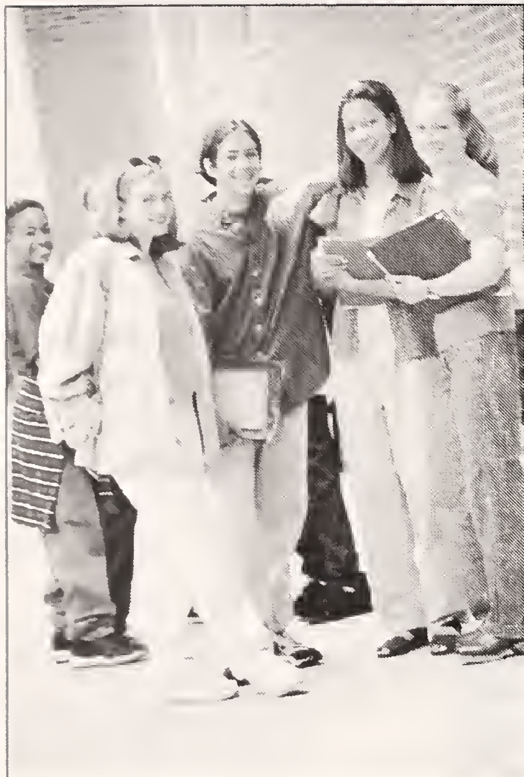
Sin embargo, se puede apreciar que algunos grupos y comunidades no están gozando de estos positivos resultados en el mismo grado que otros. Esta es una realidad manifiesta para la comunidad hispano/latina. La investigación actual demuestra que entre la juventud de esa comunidad ha aumentado el consumo y abuso de alcohol, tabaco y drogas ilícitas.

¿Por qué este manual se ha enfocado hacia los jóvenes?

Este manual se ha enfocado hacia los jóvenes debido a que varias comunidades hispano/latinas están:

- dándose cuenta que pueden ser una fuerza decisiva en la reducción del consumo de substancias nocivas entre sus jóvenes
- dándose cuenta de su eficacia en la organización de los programas orientados a los jóvenes
- dándose cuenta de la importancia que tiene el fortalecer las habilidades que los jóvenes requieren para resistirse al consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas

Entre la juventud hispano/latina ha aumentado el consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas.



¿En qué forma le ayudará este manual?

Este manual le será de utilidad para:

- obtener información sobre la realidad del consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas entre la juventud hispano/ latina;
- dilucidar los factores que previenen y/o contribuyen al consumo de las substancias arriba menciónadas;
- esbozar los puntos básicos para la organización de su comunidad;
- contar con instrumentos para comenzar la organización e;
- identificar las fuentes de recursos que le puedan ayudar en sus esfuerzos organizativos.

II. Formulario General Sobre el Consumo Real de Drogas y Alcohol entre la Juventud Hispano/Latina

La realidad de la juventud hispano/latina (12 a 17 años de edad)

Cigarrillos

- De cada 10 jóvenes hispano/latinos, por lo menos dos declaran haber fumado cigarrillos últimamente.
- De cada 10 jóvenes, por lo menos seis declaran haberse encontrado en riesgo de fumar uno o más paquetes de cigarrillos al día.

Consumo de alcohol

- El alcohol es la principal substancia dañina que consume la juventud hispano/latina.
- De cada 10 jóvenes, dos declaran haber consumido alcohol últimamente.
- De cada 100 jóvenes, cuatro declaran haber consumido alcohol en 'grandes cantidades' últimamente (Hubo un leve incremento entre 1995 y 1996, y nuevamente, entre 1996 y 1997).
- De cada 10 jóvenes, uno declara haber consumido alcohol 'sin restricción' últimamente (El consumo de alcohol 'sin restricción' se define como beber cinco o más tragos en una sola ocasión).
- De cada 10 jóvenes, por lo menos cinco declaran encontrarse 'en alto riesgo' de beber cinco o más tragos una o dos veces por semana.

Consumo de drogas ilegales

- De cada 10 jóvenes hispano/latinos, por lo menos uno ha consumido drogas ilegales recientemente.
- De cada 10 jóvenes, por lo menos tres declaran encontrarse en riesgo de fumar marihuana una vez al mes.
- De cada 10 jóvenes, por lo menos cinco declaran encontrarse en riesgo de fumar marihuana una o dos veces a la semana.
- Entre los estudiantes de octavo grado, los hispano/latinos son los que consumen marihuana con más frecuencia.
- Los jóvenes hispano/latinos presentan una tasa más alta de consumo de marihuana que los jóvenes no hispano/latinos de raza blanca.
- Al rededor de la mitad de los jóvenes hispano/latinos declaran encontrarse en riesgo de consumir cocaína una vez al mes.

Fuente: Preliminary Results from the 1997 National Household Survey on Drug Abuse, SAMHSA, Office of Applied Studies, National Household Survey on Drug Abuse Series: H-6.

Jóvenes hispano/latinos, entre los 12 y 17 años de edad, declaran haber consumido drogas, alcohol y cigarrillos en las siguientes proporciones:

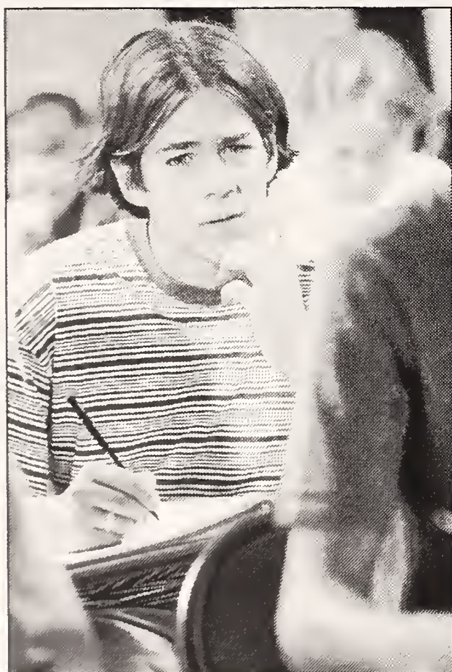
- De cada 10 jóvenes, por lo menos dos fuman cigarrillos.
- De cada 10 jóvenes, por lo menos dos consumen alcohol.
- De cada 10 jóvenes, por lo menos uno consume alcohol 'sin restricción'.
- De cada 10 jóvenes, por lo menos uno ha consumido drogas ilícitas.

Más de la mitad de los jóvenes hispano/latinos declaran que se encuentran en riesgo de consumir drogas, alcohol y/o cigarrillos.

Hechos relacionados con el consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas en la comunidad hispano/latina

La tasa de deserción escolar entre los hispanos/ latinos es más alta que entre cualquier otro grupo étnico y racial.

- El alcohol es la principal sustancia dañina que consumen.
- La marihuana y la cocaína son las principales drogas ilegales que consumen.
- Entre 1995 y 1997, el consumo de 'cualquier droga ilegal' entre los hispano/latinos aumentó levemente.
- Para las familias hispano/latinas que viven en la pobreza, el riesgo de tener problemas de consumo de drogas y/o alcohol es más alto.
- Las mujeres hispanas, a menudo adquieren el hábito de consumir drogas y alcohol como manera de 'apoyar' a su pareja cuando ésta los consume.
- Las mujeres hispano/latinas consumen drogas ilegales a más temprana edad que los hombres.
- Los hispano/latinos tienden a mantener los problemas de consumo de drogas y alcohol como 'secreto' dentro del seno de la familia.



- A nivel nacional, de cada cinco personas que son arrestadas por manejar vehículos motorizados en estado de embriaguez, uno es hispano/latino.
- La tasa de deserción escolar entre los hispano/latinos es más alta que entre cualquier otro grupo étnico. En algunas comunidades, la mitad de estos jóvenes abandonan la enseñanza secundaria (El consumo de drogas y alcohol guarda relación con las tasas de deserción escolar y el fracaso en los estudios).
- En un determinado estudio, de cada 10 jóvenes hispano/latinas embarazadas, seis declararon beber cerveza o vino antes de completar el tercer mes de embarazo, y la mitad de ellas declaró fumar marihuana.
- Al comparar a los hispano/latinos con otros grupos étnicos, éstos presentan la segunda tasa más alta de consumo de alcohol, de beber 'sin restricción' y de consumir exceso de alcohol.

III. Los Factores Relacionados al Consumo de Alcohol, Tabaco y Drogas Ilícitas

Los trabajos de investigación sobre este tema indican que existen varios factores, tanto positivos como negativos que pueden prevenir o contribuir al consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas.

- Los **factores de protección** son aquellos que contribuyen a la prevención del consumo de substancias nocivas.
- Los **factores de riesgo** aquellos que contribuyen o incrementan el riesgo de desarrollar el problema de consumo.

Los trabajos de investigación también han demostrado que para prevenir el consumo de estas substancias deben darse dos instancias:

1) Deben identificarse los factores que aumentan el riesgo de desarrollar el problema y,

2) deben desarrollarse métodos para disminuir el impacto de esos factores.

El secreto de una comunidad saludable radica en el equilibrio entre los factores de protección y los de riesgo; aumentar los factores de protección mientras se disminuyen los de riesgo.

La información que viene a continuación le ayudará a comprender mejor cuáles son los factores relacionados al consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas, y a identificar esos factores en su comunidad. Esto, a la vez, le será útil para desarrollar los métodos que su grupo desee diseñar para incrementar los factores de protección y disminuir los de riesgo.



A. Factores Generales de Protección y Riesgo

Los Factores de Protección Generales

Es importante comprender por qué algunos jóvenes que se encuentran expuestos a variados factores de riesgo no se convierten en consumidores de substancias nocivas, o en delincuentes juveniles, o en desertores escolares ni tampoco llegan a ser padres o madres de familia durante la adolescencia. Esto, en parte se debe a que dichos jóvenes también cuentan con, o tienen a su alcance, algunos factores de protección que les ayuda a resistir, a luchar o a derrotar las probabilidades de caer en el consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas.



Estos factores de protección pueden clasificarse en las tres siguientes categorías:

1. Desarrollo de relaciones de amistad, lo que significa tener acceso a personas con las cuales poder establecer relaciones sanas, tales como los miembros de la familia y los amigos, tanto en la escuela como en la comunidad.

Para el desarrollo de estas relaciones de amistad se requieren tres condiciones:

- **Oportunidades:** a los jóvenes debe dárseles la oportunidad de contribuir en su comunidad, en su familia, en la escuela y con sus compañeros.
- **Habilidades:** a los jóvenes debe enseñárseles las habilidades necesarias para que puedan aprovechar las oportunidades que se les presentan.
- **Reconocimiento:** a los jóvenes debe reconocérseles sus esfuerzos y hacerles saber que se les valora.

Los jóvenes debe enseñárseles las habilidades necesarias para que puedan aprovechar las oportunidades que se les presentan.

2. Desarrollo de Convicciones Sanas y Normas Claras, *tales como:*

- establecer normas de conducta claras y positivas
- brindar apoyo en forma consistente
- especificar de manera firme las consecuencias por transgredir la norma establecida
- hacer que los jóvenes se comprometan al logro de los objetivos de los grupos a los cuales se ligan o asocian.



3. Desarrollo de sus Características Individuales, las que pueden incluir lo siguiente:

- género
- disposición de adaptación o de “desafío a las reglas”
- actitudes sociales positivas
- inteligencia
- salud mental y física
- peculiaridades personales.

Los Factores de Riesgo Generales

Los factores de riesgo que afectan a los jóvenes comúnmente se agrupan en las siguientes **cuatro** categorías:



1. Factores de riesgo en la comunidad, *tales como:*

- la exposición al alcohol, al tabaco, y a otros tipos de drogas
- las actitudes conflictivas dentro de la comunidad respecto al consumo de estas drogas
- la intensa exposición al consumo de drogas en los medios de comunicación
- el elevado promedio de mudanzas, o de personas que se 'trasladan de un lugar a otro'
- el escaso sentido de vecindario o comunidad
- la pobreza, las viviendas deficientes y la elevada tasa de crimen en el vecindario o comunidad.

2. Factores de riesgo en la familia, *tales como:*

- grupos familiares con historial de problemas de conducta, incluyendo el consumo de alcohol, tabaco y/o drogas ilícitas
- el manejo de los problemas dentro de la familia, incluyendo la falta de reglas claras y expectativas respecto a la conducta de los hijos, y al fracaso de los padres en su monitoreo y seguimiento
- los conflictos entre los encargados de cuidar a los niños, o entre los cuidadores y los niños mismos
- la actitud de los padres respecto al consumo de drogas, o al consumo de alcohol y otras drogas (si ellos mismos las consumen).

3. Factores de riesgo en la escuela, *tales como:*

- los problemas progresivos de conducta en la escuela a temprana edad
- el fracaso académico de los estudiantes, y el fracaso del sistema escolar para cubrir las necesidades de éstos
- las actitudes negativas respecto a la escuela, a la asistencia a clases, y al aprendizaje.

4. Factores de riesgo individuales, *tales como:*

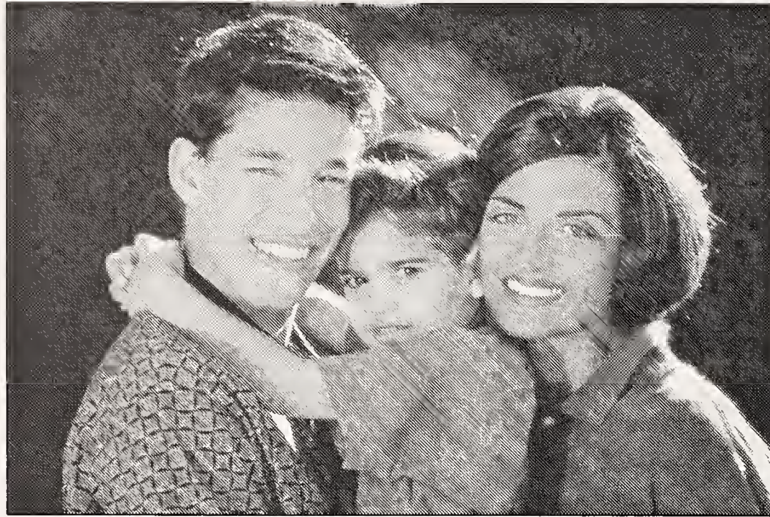
- no sentirse sujeto a las normas, o no sentirse capacitado para lograr éxito (alienación y rebeldía)
- tener amigos con problemas de conducta, incluyendo la delincuencia, el consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas, las actividades violentas, la actividad sexual a temprana edad, y la deserción escolar
- el cambio de actitud del joven respecto a la aceptación personal de sus problemas de conducta, especialmente al momento de ingresar a la escuela intermedia
- los problemas de conducta a temprana edad, al comienzo de la adolescencia
- los problemas de conducta tienen una base física o mental, y éstos puede que requieran de diagnóstico y tratamiento profesional.

Generalidades sobre los riesgos

Los siguientes cinco puntos reflejan algunas generalidades que se pueden mencionar como factores de riesgo:

- *Los riesgos existen en todos los aspectos de la vida*
- *Mientras más factores de riesgo haya presentes, mayor es el riesgo*
- *Los factores de riesgo comunes ayudan a predecir los diferentes problemas de conducta*
- *Los factores de riesgo no varían entre los diferentes grupos raciales o culturales*
- *El aumento de los factores de protección puede reducir los factores de riesgo.*

En la cultura hispano/latina, el concepto de la familia es un importante factor de protección — el cual está enraizado en la tradición cultural.



B. Factores de Protección y de Riesgo Relacionados a la Comunidad Hispano/Latina

Los Factores de Protección para la Comunidad Hispano/Latina

La cultura hispano/latina provee de variados factores de protección que ayudan a prevenir el consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas. Éstos incluyen:

- El Desarrollo de Relaciones de Amistad
  - *El sentido de familia*
  - *El sistema de relaciones multigeneracionales*
  - *El orgullo étnico*
  - *El compromiso*
  - *"La simpatía"*
  - *La fuerte influencia femenina*
- Convicciones Sanas y Normas Claras
  - *Espiritualismo*
  - *Respeto (jerarquía basada en la edad)*
  - *Responsabilidad*
  - *Confianza*
  - *Preocupación por los niños*
- Características Individuales
  - *Dignidad*
  - *Personalidad/habilidades*

Los Factores de Riesgo para la Comunidad Hispano/Latina

Factores de riesgo en la comunidad, *tales como:*

- La exposición al alcohol, al tabaco, y al consumo de otras drogas
- Las actitudes conflictivas dentro de la comunidad respecto al consumo de drogas
- La intensa exposición al consumo de drogas, tal como se presenta en los medios de comunicación
- Los altos promedios de mudanzas, o de personas que se "trasladan de un lugar a otro", tal como lo experimentan las familias migrantes
- La pobreza, las viviendas deficientes y el crimen
- Las dificultades para conseguir empleo, los problemas de comunicación debido a la falta de manejo del inglés, la discriminación y las experiencias de integración y asimilación cultural.

Factores de riesgo en la familia, *tales como:*

- Las actitudes de los padres de familia respecto al consumo de drogas, el consumo de drogas y alcohol por parte de ellos mismos, y en algunos casos, la aprobación de este tipo de conductas
- El manejo de los problemas dentro de la familia, incluyendo la falta de expectativas de los padres respecto a la conducta de sus hijos, y el fracaso en su monitoreo y supervisión familiar
- Los conflictos entre los encargados del cuidado de los niños, especialmente cuando los jóvenes se asimilan en forma más rápida que sus padres o que las personas encargadas de cuidarlos, lo que resulta en conflictos generacionales
- El historial de problemas de conducta de la familia, incluyendo el consumo de alcohol, tabaco y drogas.

Factores de riesgo en la escuela, *tales como:*

- El fracaso académico de los estudiantes a partir de la escuela primaria
- El fracaso del sistema escolar para cubrir las necesidades de los estudiantes hispano/latinos
- La dificultad de los jóvenes para insertarse en el ambiente estudiantil y en las actividades sociales con los compañeros

Características individuales, *tales como:*

- Los problemas de conducta a temprana edad, especialmente al comienzo de la adolescencia
- El cultivo de amistades con compañeros que tienen problemas de conducta, incluyendo la delincuencia, el consumo de drogas, las actitudes y actividades violentas, la actividad sexual a temprana edad, y la deserción escolar
- La falta de acatamiento a las normas establecidas, la falta de confianza en sí mismo para intentar el logro del éxito (alienación y rebeldía), la incapacidad para relacionarse con los compañeros de la comunidad que pertenecen a otras culturas y grupos, los lazos sociales débiles con los compañeros, y la carencia de sentido de pertenencia a la escuela — especialemente los jóvenes migrantes o los que se trasladan de un lugar a otro muy a menudo.

Existen muchos jóvenes que han logrado crecer y desarrollarse de manera saludable a pesar de numerosos factores de riesgo obrando en su contra.

En general, la juventud padece de elevados niveles de tensiones y conflictos en lo personal y lo social. La juventud hispana/latina debe confrontar y batallar con factores de riesgo adicionales.

Para obtener una lista más completa de los factores de protección y de riesgo dentro de la cultura y comunidad hispano/latina, por favor refiérase a la Figura 1.

Figura 1

Los Factores de Protección y de Riesgo en el Consumo de Alcohol, Tabaco y Drogas Ilícitas

Las características de riesgo individuales

- La amistad con compañeros envueltos en problemas de comportamiento
- El aislamiento social
- La baja auto - estima
- Los conflictos culturales
- La discriminación racial y étnica

Los factores de riesgo en la comunidad

- La disponibilidad de alcohol, tabaco y otras drogas en las reuniones sociales
- La frecuencia de mudanzas de las familias/la migración
- El deterioro de la comunidad y su elevado nivel de criminalidad
- Las barreras para encontrar empleo
- El desempleo/el empleo parcial
- La inaccesibilidad a los ascensos
- Las viviendas inadecuadas

Los Factores de Protección

Desarrollo de Relaciones de Amistad

- El sentido de familia
- El sistema de relaciones entre las diversas generaciones
- El orgullo étnico
- "La simpatía"
- La fuerte influencia femenina

Convicciones Sanas y Normas Claras

- El espiritualismo
- El respeto (jerarquía basada en la edad)
- La responsabilidad
- La confianza
- La preocupación por los niños

Características Individuales

- La dignidad
- La personalidad
- La fuerte influencia femenina

Los factores de riesgo en la familia

- Las actitudes de los padres de familia respecto al consumo de drogas, al crimen y a la violencia
- El fracaso de los padres de familia en el monitoreo de sus hijos
- El ausentismo paterno
- Las madres solteras sin apoyo
- La falta de rituales familiares
- La diferencia en los niveles de asimilación a la nueva cultura

Los factores de riesgo en la escuela

- El nuevo sistema de valores
- Las barreras en el idioma
- El aislamiento social
- Las bajas expectativas de éxito
- Los bajos niveles de educación

IV. Lo que Usted Puede Hacer

Si se está preguntando qué es lo que usted puede hacer para ayudar a prevenir el consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas entre los jóvenes de su comunidad, a continuación le presentamos las siguientes opciones:

A. Como padre y miembro de una familia ...

Usted puede realizar sencillas actividades rutinarias que harán una gran diferencia en la vida de los niños.

- Escuche lo que ellos dicen
- Converse con ellos
- Averigüe cómo les está yendo en la escuela
- Aconséjelos
- Estimúlelos
- Intégrelos a actividades cotidianas variadas
- Juegue con ellos
- Manténgase al tanto de las informaciones que ellos obtienen a través de los medios de comunicación
- Tenga expectativas claras respecto a sus conductas
- Hágales saber cuáles son sus expectativas respecto a la conducta y al éxito escolar
- Infórmese adónde se encuentran sus hijos
- Infórmese sobre quiénes son sus amigos y sus familias
- Aplique las normas y la disciplina en forma consistente
- Desarrolle métodos para obtener una participación provechosa en la vida de sus hijos
- Reconózcales sus esfuerzos y logros académicos, deportivos, etc.
- ¡Converse con ellos sobre los riesgos y resultados del consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas!



Usted puede realizar sencillas actividades rutinarias que harán una gran diferencia en la vida de los niños.

B. Como miembro de una comunidad...

En su comunidad usted puede ayudar a organizar el desarrollo de programas de prevención de consumo de alcohol, tabaco y drogas que sean eficaces.

Las comunidades que se han organizado han sido capaces de incrementar los factores de protección y de disminuir los de riesgo respecto al consumo de alcohol, tabaco y drogas. Esto lo han logrado desarrollando programas que:

- Ayudan a los jóvenes a adquirir hábitos de conducta sanos
- Desarrollan y mejoran las habilidades de los padres de familia en el manejo de los hijos
- Proveen los servicios de apoyo que la comunidad requiere
- Mejoran el medio ambiente
- Facilitan el proceso de integración cultural
- Aumentan la influencia de la comunidad entre sus miembros



Para una lista de estrategias de comprobada eficacia en el aumento de los factores de protección y la disminución de los de riesgo, por favor refiérase a la Sección VI y a la Figura 2.

Recuerde que:

- ♦ Una comunidad logra el éxito en su organización cuando miembros como usted se convierten en expertos, definen los factores de protección y de riesgo para su propia comunidad, y presentan soluciones creativas utilizando la energía, la dedicación y los recursos con que cuentan.
- ♦ Es de suma importancia que los organizadores de la comunidad se involucren en el proceso de la planificación de las estrategias, lo que les será útil para guiarse en las diferentes tareas a cumplir.

C. ¡Logre Éxito!

Lo que su grupo puede hacer para asegurar que logre éxito

Establecen objetivos y prioridades claros, y aseguran que todos los integrantes del grupo comprendan dichos objetivos y prioridades.

En la medida que su grupo de acción comunitaria comience a funcionar y a crecer, usted comenzará a preguntarse por qué algunos movimientos logran éxito y otros fracasan. Unas pocas razones del éxito de algunos grupos de acción son las siguientes:

- ♦ Incluyen a todas las personas y organizaciones que demuestran interés en el trabajo del grupo.
- ♦ Establecen objetivos y prioridades claros, y aseguran que todos los integrantes del grupo comprendan dichos objetivos y prioridades.
- ♦ Buscan concenso para las acciones que realizan para lograr los objetivos, y determinan los plazos para actuar.
- ♦ Aplican técnicas de organización y administración adecuadas, y se conducen de manera profesional.
- ♦ Son realistas respecto a la cantidad de tiempo y planificación que se requieren para alcanzar los objetivos.
- ♦ Comienzan por trabajar en proyectos pequeños y no abarcan demasiadas actividades al mismo tiempo, evitando así el agotamiento y la frustración.
- ♦ Continuan 'creciendo' como organizadores a medida que van adquiriendo más conocimiento de su comunidad.
- ♦ Logran sus objetivos y alcanzan mayor exposición frente a sus auspiciadores, sus financiadores actuales y futuros, y frente a la comunidad en general.



La sección que presentamos a continuación en este manual le será de utilidad para comenzar el trabajo de organización de su comunidad.

Figura 2

Las Estrategias para Reducir los Factores de Riesgo del Consumo de Alcohol, Tabaco y Drogas Ilícitas

Estrategias	Actividades Especificas
Diseminación e información	• Publicación de políticas de no consumo de drogas en los lugares de trabajo • Publicación de mensajes que llamen la atención de los jóvenes • Publicación de los mensajes a las horas en que los jóvenes ven televisión • Realización de campañas orientadas a los jóvenes a través de los medios de comunicación
Educación preventiva	• Educación para padres de familia sobre el manejo de sus hijos • Desarrollo de actividades de liderazgo para los padres de familia • Capacitación en destrezas para comunicarse • Capacitación para resolución de problemas • Capacitación para lograr superar situaciones conflictivas • Instrucción a los padres de familia sobre su papel en el desarrollo y aprendizaje de sus hijos
Alternativas	• Realización de cursos de historia cultural, de valores y de tradiciones • Realización de cursos de adiestramiento para superar el desafío que significa el crecer en un nuevo país • Desarrollo de actividades de apreciación étnica • Organización de actividades escolares • Realización de cursos para jóvenes para el desarrollo de habilidades sociales y de conducta con los compañeros • Desarrollo de oportunidades de servicio a la comunidad • Desarrollo de programas para mentores • Desarrollo de actividades y eventos sociales libres de drogas
Identificación de problemas y referencias	• Identificación de las necesidades de servicios de salud, incluyendo la terapia familiar, la salud mental, los embarazos no deseados, las enfermedades de transmisión sexual y las visitas domiciliarias • Identificación de temas educacionales, incluyendo el fracaso escolar y la delincuencia, además de cursos de Inglés Como Segundo Idioma, y otros para la preparación de la Prueba de Aptitud Académica • Identificación de servicios de desarrollo profesional y de planificación de la familia • Identificación de servicios de apoyo social, incluyendo el cuidado de niños, la provisión de transporte y alimentación
Procesos de base comunitaria	• Estructuración de conexiones entre la escuela y la familia • Desarrollo de coaliciones locales y estatales • Desarrollo de actividades entre las diferentes agencias existentes • Incremento del envolvimiento de los miembros de la comunidad
Del medio ambiente	• Realización de actividades de limpieza en la comunidad • Aumento de la cantidad de letreros de señalización • Desarrollo de campañas de influencia en los medios de comunicación • Desarrollo de programas en contra del consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas a través de los medios de comunicación • Intervención en el establecimiento de un requisito de edad mínima para comprar alcohol, y en la aplicación de las leyes existentes • Intervención en el desarrollo de elementos disuasivos en el precio de venta de los productos nocivos

V. Modelos para Organizar y Estructurar Programas de Prevención Exitosos

¿Cuáles son los tipos de programas que funcionan?

Los que se enfocan a diferentes grupos y que utilizan distintas estrategias son los más efectivos para atacar el problema del consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas en la juventud.

Este conjunto de instrumentos consiste de tres modelos que usted puede adoptar para la organización y el desarrollo de programas para prevenir o reducir el consumo do alcohol, tabaco y drogas ilícitas entre los jóvenes de su comunidad. Puede aplicarlos tal como se los presentamos o adaptarlos en algunas de sus diferentes etapas, de acuerdo a sus necesidades, con el objetivo de crear una herramienta que le sea útil en el desarrollo de sus actividades.

En esta sección se incluyen los tres siguientes modelos *(Para información adicional sobre cada modelo, por favor referirse los apéndices B y D):*

- **Cinco Etapas para el Proceso de Organización de una Comunidad**
- **Dieciseis Etapas para Convertirse en Parte de una Solución**
- **Siete Etapas para Estructurar un Programa de Prevención Exitoso**



Las Cinco Etapas para Organizar una Comunidad

Etapa 1: Defina su comunidad

Etapa 2: Realice trabajo de investigación en su comunidad

Etapa 3: Establezca sus prioridades

Etapa 4: Elabore una lista de interesados

Etapa 5: Convoque a reunión a los interesados

Las Dieciseis Etapas Para Convertirse en Parte de una Solución

Estas dieciseis etapas fueron desarrolladas por el Consejo Nacional La Raza (Mayo de 1989), basándose en un proceso de toma de decisiones lógico, con el fin de ayudar a los líderes comunitarios a orientar sus esfuerzos en forma apropiada y así lograr mayor eficacia. Las diferentes etapas fueron adaptadas con el objetivo de conseguir que los líderes apliquen estrategias adecuadas para que éstas produzcan un impacto significativo al problema del consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas en sus comunidades.

1. Informarse sobre las bases del problema
2. Instruir a los miembros de la organización
3. Identificar a las organizaciones locales
4. Darse a conocer como organizador
5. Determinar las necesidades de la comunidad hispana
6. Ayudar a desarrollar un plan
7. Considerar funciones alternativas
8. Tener en claro lo que está emprendiendo
9. Determinar la función de la agencia
10. Desarrollar un plan de acción
11. Convertirse en conocedor
12. Establecer una red de contactos
13. Convertirse en la voz de los hispanos
14. Obtener los recursos financieros que se requieran
15. Marcar una diferencia (asegure el éxito)
16. Monitorear y evaluar el progreso

Las Siete Etapas para Estructurar un Programa de Prevención Exitoso

Etapa 1: Averiguar si la comunidad se encuentra preparada para organizarla

Etapa 2: Averiguar sobre el impacto que el problema produce en la comunidad

Etapa 3: Utilizar la información recopilada para establecer las prioridades

Etapa 4: Identificar los programas y servicios que existen en la comunidad

Etapa 5: Establecer los objetivos de la agencia o grupo

Etapa 6: Adoptar la 'Guía de Principios' y las 'Mejores Practicas'

Etapa 7: Evaluar el progreso

VI. Desarrollando Programas de Prevención

El diseño de un programa de prevención de consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas involucra la adopción de algunos principios y estrategias 'certeros y comprobados'. A continuación encontrará una lista de algunos principios y prácticas generales para el diseño y desarrollo de programas de prevención. Además, se incluye una sugerencia para agrupar las estrategias de prevención en seis categorías básicas, y algunas estrategias específicas para desarrollar estos programas.



Desarrollar un proceso de planificación que arroje como resultado un programa con propósitos claros, con una estructura organizacional, y con un plan de acción.

A. Estrategias para Programas de Prevención

Tipos de Estrategias de Prevención

Las estrategias de prevención han sido catalogadas de variadas formas. SAMHSA/ CSAP promueve las siguientes seis estrategias (1):

- *Las estrategias de información* persiguen crear conciencia y proveer de conocimientos sobre: 1) la extensión y los efectos del consumo de alcohol, tabaco y drogas en individuos, familias y comunidades y; 2) los programas de prevención y servicios que existen en la comunidad.
- *Las estrategias de educación* persiguen incrementar la comunicación en las actividades que afectan la capacidad crítica y las habilidades sociales, incluyendo la toma de decisiones, las destrezas para el rechazo, el análisis crítico (por ejemplo, de los mensajes de los medios de comunicación), y la capacidad de discernimiento.
- *Las estrategias para problemas de identificación y de referencia* persiguen identificar a aquéllos que consumen drogas ilícitas, alcohol y tabaco para referirlos a los programas de prevención-educación y tratamientos.
- *Las estrategias alternativas* persiguen proveer actividades educativas, artísticas, deportivas y recreativas, libres de alcohol, tabaco y drogas a los jóvenes de la comunidad.
- *Las estrategias para comunidades* persiguen incrementar las habilidades de las bases de éstas en la prestación de servicios y programas de prevención eficaces. Estas estrategias incluyen el establecimiento de contactos, la estructuración de organizaciones y coaliciones, las actividades de colaboración, la planificación y el desarrollo de programas.

- *Las estrategias del medio ambiente* persiguen establecer o cambiar las leyes escritas o tácitas, las normas, los códigos y las actitudes de las comunidades con el objetivo de disminuir el aumento y los efectos del consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas.

B. Estrategias Específicas de Prevención

A continuación encontrará algunas sugerencias específicas y ejemplos para desarrollar programas de prevención. ***La Figura 2*** *señala las actividades en formato de cuadro.*

Estrategias de información

- Desarrollo de programas de educación diseñados para incrementar el conocimiento que los jóvenes tienen sobre los peligros del consumo de drogas, y para inculcarles una disposición negativa hacia el alcohol, el tabaco y otras drogas.
- Utilización de los medios de comunicación para introducir cambios en los conocimientos, las conductas y las actitudes respecto al consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas.
- Creación de campañas en los medios de comunicación dirigidas a la juventud, evitando el empleo de figuras autoritarias y de amenazas en los mensajes.

Creación de oportunidades de servicio a la comunidad para permitir que los jóvenes puedan brindar algo productivo a sus comunidades.

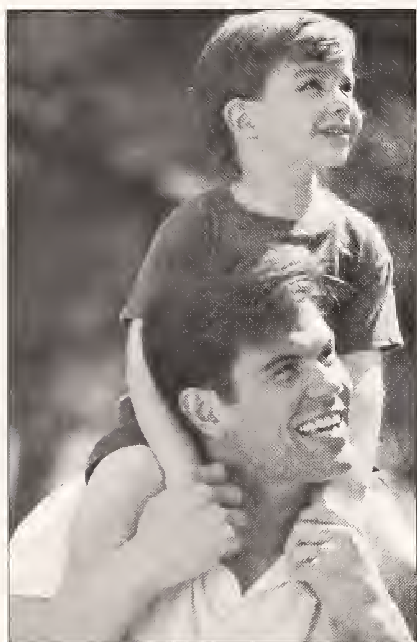
Estrategias de educación

- Creación de unidades de programas educacionales y actividades, dirigidas por los jóvenes, para los jóvenes.
- Creación de programas educacionales intensivos, que continuan año tras año.
- Diseño de programas educacionales interactivos, en los cuales los jóvenes puedan actuar representando papeles en escenas de prevención.
- Establecimiento de programas que incluyan a toda la familia.

Estrategias para los problemas de identificación y de referencia

- Capacitación al personal para identificar y referir a los jóvenes que se integran a los programas de prevención que presentan problemas de consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas. Provisión de transporte y programas de tratamiento.
- Tomar conciencia de que la clasificación prematura puede representar un riesgo para el joven involucrado. Por ejemplo, al clasificar a un joven en una determinada categoría, puede significar un riesgo para él. También puede existir riesgo al exponer al joven, cuyos patrones de consumo pueden ser sólo experimentales, a otros jóvenes con peores problemas de consumo de substancias nocivas u otras conductas desviadas.
- Identificación de las necesidades del joven que se presenta a un programa de prevención, y luego identificación de los tipos de programas y servicios que existen o que se requieren desarrollar en la comunidad para cubrir esas necesidades.

Desarrollo de programas que brinden terapia familiar y entrenamiento para capacitar a los padres de familia en el manejo de los hijos.



Diseño de programas que incluyan no sólo el problema de consumo de drogas, sino también temas como la salud física y mental, los problemas de familia.

Estrategias alternativas

- Creación de diferentes tipos de actividades para diferentes grupos de jóvenes, y envolverlos en el desarrollo de estos programas.
- Creación de oportunidades de servicio a la comunidad para permitir que los jóvenes puedan brindar algo productivo a sus comunidades.
- Establecimiento de programas para mentores adultos y jóvenes.
- Desarrollo de actividades culturales y recreativas que tengan estructuración, supervisión y monitoreo.
- Desarrollo de programas permanentes para los jóvenes y ofrecerles suficientes horas de participación en ellos.
- Desarrollo de programas que brinden terapia familiar y entrenamiento para capacitar a los padres de familia en el manejo de los hijos.
- Diseño de programas que incluyan no sólo el problema de consumo de drogas, sino también temas como la salud física y mental, los problemas de familia, los embarazos tempranos y no deseados, las enfermedades venéreas, el fracaso académico, la delincuencia, y las necesidades de los delincuentes juveniles.
- Creación de programas alternativos para integrarlos al trabajo de prevención de toda la comunidad y desarrollo de normas drásticas en contra del consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas.

Estrategias para las comunidades de base

- Creación de asociaciones que incluyan a los grupos de todo el ámbito de la comunidad, y de actividades de prevención que cubran a un vasto número de individuos.
- Desarrollo de actividades para expandir la coordinación de los trabajos entre el público y las agencias privadas, incluyendo a los funcionarios de la policía y a los proveedores de servicios. Dicha coordinación puede aumentar las probabilidades de captar fondos, lo que a su vez incrementará el acceso a los servicios de prevención y tratamiento, y mejorará también su calidad.
- Establecimiento de coaliciones de base comunitaria que presenten objetivos claros. Esto facilitará el desarrollo de las coaliciones y, en último término, el éxito de éstas.
- Desarrollo de un proceso de planificación que arroje como resultado un programa con objetivos claros, con organización estructurada, y un plan de acción definido.
- Aseguramiento de que todos los miembros de la coalición tengan un objetivo y un plan de acción común. Si en este aspecto, la misión es la coordinación de los servicios, se requiere que los líderes de la organización se involucren. Si la misión es la movilización de la comunidad, deben involucrarse los activistas de bases y todos los residentes de la comunidad misma.

- Aseguramiento de que los miembros de la coalición se enteren de que el tiempo y el esfuerzo con que contribuyeron a la comunidad, valió la pena, y que reciban premios y recompensas por su participación.
- Organización de las coaliciones y de los programas, de manera tal que facilite el trabajo en equipo a sus miembros. Por ejemplo, las estructuras demasiado complicadas de algunos comités, por lo general no son productivas, y hasta pueden resultar contraproducentes. Los comités o grupos de trabajo sin objetivos o responsabilidades específicas, tienden a perder miembros.
- Implementación de estrategias de comprobada eficacia. Utilizar los conocimientos que se han derivado del los trabajos de investigación en estrategias de prevención.

Desarrollar actividades en contra de las drogas en los barrios.

Estrategias del medio ambiente

Intervención en los precios

- Solicitar un aumento a los impuestos del alcohol y del tabaco para lograr el alza de sus precios y disminuir así el consumo de dichas substancias nocivas.

Intervención en el cambio de edad mínima para poder comprar

- Solicitar el cambio de edad mínima para comprar alcohol a 21 años de edad.
- Solicitar el cambio de edad mínima para comprar tabaco. Solicitar la aplicación de la ley existente respecto a la edad mínima para comprarlo.
- Desarrollar una campaña pública de toma de conciencia sobre la falta de acatamiento a las leyes arriba mencionadas si se sorprende a comerciantes infringiendo dichas leyes en la comunidad, o si no se les ha sancionado por las transgresiones.
- Asegurar que estas leyes se cumplan en la comunidad.

Intervención por disuasión

- Solicitar que se reduzca el limite a .08 en el contenido legal de alcohol en la sangre de las personas que conducen autos.
- Promover límites en la cantidad de distribuidoras de alcohol que pueden existir en la comunidad, y restricciones sobre dónde éstas pueden establecerse.
- Desarrollar actividades en contra de las drogas ilícitas en los barrios, tales como el establecimiento de ‘grupos de vigilancia de barrios’ y ‘patrullas de ciudadanos’. Con esto se disminuirá la venta de drogas ilícitas.

Restricciones para el consumo

- Cooperar en el establecimiento de restricciones para el consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas en lugares públicos y lugares de trabajo privados.

Intervenciones para las personas que atienden bares, restaurantes y distribuidoras de alcohol

- Crear programas de entrenamiento para instruir a los empleados encargados de servir bebidas alcohólicas, o de venderlas en las distribuidoras, sobre las leyes vigentes al respecto. Además, exigirles que apliquen dichas leyes, so pena de cargar con las sanciones por incumplimiento a la ley que prohibe la venta de bebidas alcohólicas a clientes menores de edad o adultos que ya se encuentran bebidos.
- Crear programas de entrenamiento para enseñar a los empleados a reconocer los signos de la embriaguez, y las tarjetas de identidad falsas o adulteradas. Además, instruirlos sobre cómo rehusarse a vender alcohol cuando se les presentan estos casos.

Intervención en los avisos de propaganda

- Crear campañas en la comunidad para informar al público sobre los peligros que conlleva el consumo de alcohol y tabaco. Además, informar sobre las industrias que promueven estos productos y los beneficios que cosechan a su favor con las ventas.

C. Guía de Principios y Mejores Prácticas

Los programas de prevención deberían:

- Diseñarse para fortalecer los factores de protección y reducir los de riesgo
- Señalar todos los tipos de consumo de drogas, incluyendo el tabaco, el alcohol, la marihuana y los inhalantes
- Incluir entrenamiento para instruir sobre cómo rechazar las ofertas de drogas, y reforzar los compromisos personales en contra de su consumo
- Indicar cómo aumentar el poder de la sociedad (en las comunicaciones, las relaciones con compañeros, la auto-eficacia, la auto-estima, y la asertividad), al igual que fuertes convicciones en contra del consumo de drogas
- Diseñarse para grupos etáreos y étnicos específicos
- Incluir actividades de aprendizaje interactivas, tales como grupos de discusión entre compañeros, en vez de la instrucción directa a través de sólo un maestro
- Programarse a largo plazo y con carácter permanente, e implementar repetidas intervenciones, especialmente durante los periodos de transición entre la escuela básica, la media y la superior
- Incluir instrucciones para los padres de familia y para las personas a cargo del cuidado de niños. Esto, con el fin de capacitarlos para que puedan reforzar lo que los niños están aprendiendo sobre el consumo de alcohol, tabaco y drogas y, a la vez puedan entablar discusiones sobre éstas en el seno familiar

- Tratar el problema del consumo de drogas de acuerdo a las necesidades de la comunidad local
- Demostrar sensibilidad cultural
- Adaptarse a la naturaleza específica del problema en la comunidad
- Enfocarlos a la familia, factor que se ha comprobado que provoca mayor impacto que los programas diseñados sólo para padres o sólo para niños
- Incluir un esfuerzo de prevención más intenso, e implementarlo con más agilidad cuando se dé el caso que la población objeto presente un alto nivel de factores de riesgo
- Incluir campañas en los medios de comunicación y cambios de políticas, tales como nuevas normas que restrinjan el acceso al alcohol, al tabaco y a otras drogas. Esto, en conjunto con programas de intervención de la comunidad para la familia y las escuelas
- Fortalecer las normas en contra del consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas en todos los ámbitos de prevención, inluyendo la familia, las escuelas y la comunidad
- Utilizar las escuelas, las cuales son lugares donde los esfuerzos de prevención pueden alcanzar a diferentes estratos de la población. Las escuelas también sirven como importantes ámbitos de prevención, dado que cubren, en especial, a la población con riesgo de consumo de drogas, tales como los jóvenes con problemas de conducta o con dificultades en el aprendizaje, y también a los potenciales desertores escolares
- Confirmar que el costo es bajo si el programa es eficaz. Por cada dólar invertido en prevención del consumo de drogas, las comunidades ahorran 4 ó 5 dólares en costos de tratamientos y consejería.

Para obtener información sobre lo que los programas están realizando, por favor refiérase al ***Apéndice A*** *que presentamos en la próxima sección de este manual.*

Incluir instrucciones para los padres de familia y para las personas a cargo del cuidado de niños. Esto, con el fin de capacitarlos para que puedan reforzar lo que los niños están aprendiendo sobre el consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas y, a la vez puedan entablar discusiones sobre las drogas en el seno familiar.

Apéndice A — Recursos que Pueden Ayudarlo

Esta sección contiene una lista de programas y organizaciones que le pueden proveer de información adicional. Además incluye el poster «conozcamos sobre el alcohol, tabaco y drogas ilícitas», el cual ofrece un resumen de información clave.

Programas en Funcionamiento en la Comunidad

Éstos son programas dirigidos a jóvenes y familias. Son modelos amplios y globales que procuran fortalecer los factores de protección y renuencia.

Across Ages
Andrea S. Taylor, Ph.D.
Temple University, Center for Intergenerational Learning
1601 N. Broad Street, USB 206
Philadelphia, PA 19122

Teléfono: 215-204-6708
Fax: 215-204-6733
http://www.temple.edu/cil

Población–objeto: estudiantes de sexto grado (11 a 13 años de edad).

Actividades: Asignación de tutores individuales a los estudiantes; integración de los jóvenes a las actividades de la comunidad; entrenamiento para el profesorado; provisión de actividades vespertinas y fines de semana para involucrar a los padres de familia, tutores y jóvenes.



DARE To Be You
Jan Miller-Heyl, MS
Colorado State University
Cooperative Extension
215 N. Linden, Suite E
Cortez, CO 81321

Teléfono: 970-565-3606
Fax: 907-565-4641

Población–objeto: niños de 2 a 5 años de edad y sus familias.

Actividades: 1) En el ámbito familiar: entrenar a los padres de familia y sus hijos a través de actividades que impartan enseñanzas de responsabilidad personal, de eficacia en la función de los padres en la formación de los niños, de habilidades de comunicación, de relaciones sociales, de resolución de problemas y de toma de decisiones; 2) en el ámbito escolar: entrenar y asistir al personal a cargo de niños y; 3) en el ámbito de la comunidad: entrenar a los miembros de la comunidad que interactúan con las familias – objeto aplicando las estrategias del programa DARE To Be You.



Family Advocacy Network (FAN Club)
Tena L. St. Pierre, Ph.D.
D. Lynne Kaltreider, M.Ed.
Irwing Feller
The Pennsylvania State University, Institute for Policy Research and Evaluation
N253 Burrowes Building
University Park, PA 16802

Teléfono: 814-865-9561
Fax: 814-865-3098

Población–objeto: padres de familia de jóvenes que participan en los programas de SMART Moves (10 a 17 años de edad).

Actividades: Proporcionar asistencia básica a las familias en forma individual con el objetivo de ayudarlas a manejar la tensión e incentivarlas a que desarrollen actividades dentro del seno familiar; programar en forma regular actividades para grupos sociales; realizar actividades de educación y desarrollo personal y; actividades de liderazgo para los padres de familia.



SMART Leaders
Tena L. St. Pierre, Ph.D.
D. Lynne Kaltreider, M.Ed.
The Pennsylvania State University, Institute for Policy Research and Evaluation
N253 Burrowes Building
University Park, PA 16802

Teléfono: 814-865-9561
Fax: 814-865-3098

Población–objeto: jóvenes en riesgo, entre 14 y 17 años de edad, y que hayan completado el programa a Stay SMART.

Actividades: implementar un programa educacional enfocado hacia:
1) el desarrollo de la auto- estima;
2) el manejo de tensiones y el desarrollo de aptitudes para resistir la presión a iniciarse en el consumo de drogas y la actividad sexual;
3) programar actividades para líderes y; 4) programar actividades mensuales para la juventud.



Strengthening Families Program (SFP)
Dr. Rose Alvarado
Department of Health Promotion and Education
University of Utah
300 S. 1850 E, Room 215
Salt Lake City, UT 84112-0920

Teléfono: 801-581-8498
Fax: 801-581-5872
http://strengtheningfamilies.org

Población–objeto: hijos de adictos y familias con hijos de 6 a 10 años de edad.

Actividades: crear factores de protección de consumo y abuso de

drogas y alcohol para disminuir los de riesgo, y otros problemas de comportamiento. Para este efecto, se promueve el mejoramiento de las relaciones familiares, de las aptitudes de los padres de familia para formar a sus hijos y las aptitudes sociales y de sobrevivencia de los jóvenes.



Strengthening Multi-Ethnic Families and Communities
Marilyn L. Steele, Ph.D.
1220 S. Sierra Bonita Avenue
Los Angeles, CA 90019-2552

Teléfono: 323-936-0343
Fax: 323-936-7130

Población–objeto: padres de familia con hijos de 3 a 18 años de edad.

Objetivo: disminuir el consumo de drogas y alcohol, la tasa de suicidio entre los jóvenes, la delincuencia juvenil, el ingreso a pandillas, el abuso de menores y, la violencia en el hogar.

Actividades: instruir a los padres de familia sobre los valores culturales y espirituales, los ritos de transición, la disciplina en el hogar, el mejora–miento de las relaciones familiares, la prevención de la violencia en la familia y comunidad y, la paticipación en las actividades comunitarias.

Adónde Obtener Asistencia

Grupos de acción comunitaria que asisten en la etapa organizativa; ayudan a formar las comunidades proporcionando información y entrenamiento.

National Council of La Raza (NCLR)
1111 19th Street, Suite1000
Washington, DC 20036

Teléfono: (800) 311-NCLR o 202-785-1670
Fax: 202-776-1792
http://www.nclr.org

NCLR proporciona asistencia a las organizaciones comunitarias hispano/latinas para propuestas de desarrollo, distribución de recursos, evaluación de programas y entrenamiento.

Latino Council on Alcohol and Tobacco (LCAT)
1875 Connecticut Ave., NW
Suite 732
Washington, DC 20009

Tel: 202-265-8054
Fax: 202-265-8056 http://www.lcat.org

Opera una línea de teléfono directa para asistir a los usuarios con información de referencia respecto al consumo de alcohol. Provee de recursos para la salud en las áreas del consumo de alcohol y tabaco, la violencia y otros asuntos que afectan a las comunidades latinas.

El centro de información publica noticias a nivel local y nacional, y proporciona instrumentos para organizar coaliciones comunitarias eficaces. Además, distribuye un boletín nacional cada tres meses.



Center for Community Change
1000 Wisconsin Ave.
Washington, DC 20007

Teléfono: 202-342-0567
Fax: 202-342-1132
http://www.communitychange.org

Este centro brinda asistencia a las personas que necesitan desarrollar aptitudes para mejorar sus comunidades y realizar cambios en las políticas e instituciones que afectan sus vidas. Sus servicios incluyen investigación y entrenamiento. Su página en el Internet ofrece una sinopsis de las publicaciones sobre organización comunitaria, definiciones y explicaciones sobre organización, y contactos con instituciones que ofrecen entrenamiento y asistencia técnica para los que deseen organizar sus comunidades.



Midwest Academy
28 East Jackson, Suite 605
Chicago, IL 60604

Teléfono: 312-427-2114
Fax: 312-427-2307

Este es un centro de entrenamiento para organizadores comunitarios y miembros de grupos que promueven cambios sociales. El entrenamiento incluye talleres de movimientos de cambio social, acción en terreno, elección de tópicos, reclutamiento de líderes, formación de coaliciones e interpretación del poder.



Aspira Association, National Office
1444 Eye St., NW, 8th Fl, Suite 800
Washington, DC 20005

Teléfono: 202-835-3600
Fax: 202-835-3613 http://aspira.org

ASPIRA ASSOCIATION educa y entrena a miembros de la comunidad hispana. Su oficina en Washington, D.C., realiza análisis de políticas, y disemina información sobre conferencias, servicios de salud para latinos, proyectos de investigación actuales, y oportunidades de financiamiento para sus afiliados.



National Coalition of Hispanic Health and Human Services Organizations (COSSMHO)
1501 16th Street, NW
Washington, DC 20036-1401

Teléfono: 202-387-5000
Fax: 202-797-4353
http://cossmho.org

COSSMHO es una organización nacional hispano/latina que se dedica al mejoramiento de la salud y bienestar de los hispano/latinos. COSSMHO cuenta con infraestructura para organizaciones comunitarias, planificación para la organización de comunidades, propuestas de desarrollo y subvenciones, y capacitación cultural y material.



Puerto Rican Organization for Community Education and Economic Development, Inc. (PROCEED)
815 Elizabeth Avenue
Elizabeth, NJ 07201

Teléfono: 908-351-7727
Fax: 908-353-5185

PROCEED atiende a las comunidades hispano/latinas en avalúo de necesidades y auditorias organizacionales, capacitación gerencial y de personal subalterno, creación de conexiones y cadenas de colaboración y, distribución de recursos.

Adónde Obtener Información Adicional

Puede obtenerse en el Internet, en los centros distribuidores de información, y en los centros de análisis que presentamos a continuación. Todos le brindaran información sobre el consumo de drogas y alcohol, y las respectivas estadísticas de criminalidad; promoción de la salud y; tópicos sobre la familia y niños.

Healthfinder
http://healthfinder.com

Healthfinder es un espacio en el Internet que pertenece al gobierno de Estados Unidos. Éste proporciona información sobre la salud y le puede conducir a publicaciones seleccionadas, a bases de datos, a grupos de asistencia para auto – ayuda, a diferentes agencias del gobierno, y a organizaciones sin fines de lucro que brindan información confiable sobre la salud.



YouthInfo
http://Youth.os.dhhs.gov

Este espacio brinda la más reciente información sobre la juventud americana. En él encontrará reportajes sobre la juventud, recursos para los padres de familia, y acceso a otros espacios que tratan esta materia.



National Criminal Justice Reference Service (NCJRS)
P.O. Box 6000
Rockville, MD 20849-6000

Teléfono gratis: 800-851-3420
Fax: 301-519-5212
http://www.ncjrs.org

El NCJRS proporciona información sobre prevención del crimen, estadísticas de la justicia criminal, drogas y crimen, justicia juvenil e, investigación y evaluación. Además ofrece bases de datos resumidas.

National Maternal and Child Health Clearinghouse
2070 Chain Bridge Road, Suite 450
Vienna, VA 2218

Teléfono: 703-902-1326
Fax: 703-821-2098
http://www.mchs.org

Este centro proporciona información para la salud materno – infantil, lo que incluye un catálogo de publicaciones; publicaciones de texto completo en el Internet; conexiones con otras fuentes; formularios de recursos estatales; foros y; conexiones con otros espacios del Internet relacionados con esta materia.



National Neighborhood Coalition
1875 Connecticut Ave., Suite 410
Washington, DC 20009

Teléfono: 202-986-2096
Fax: 202-986-1941
http://neighborhoodcoalition.org

Esta coalición es un centro distribuidor de información de tópicos que afectan a los barrios sobrepoblados de las ciudades grandes. Publica un boletín informativo, y además el *"Monthly Information Report"*.



Office of Minority Affairs Health Resource Center (OMH-RC)
P.O. Box 37337
Washington, DC 20013-7337

Teléfono gratis: 800-444-6472 ext.234
Fax: 301-389-0884
TDD: 301-589-0951
http://www.omhrc.gov

Este centro proporciona información sobre la salud, lo que incluye; el abuso de drogas y alcohol, la violencia, la mortalidad infantil, y la diabetes. También ofrece servicios de: localización de bases de datos, publicaciones, y referencia para diferentes grupos étnicos, incluyendo a la población hispano/latina.

SAMHSA's National Clearinghouse for Alcohol and Drug Information (NCADI)
P.O. Box 2345
Rockville, MD 20847-2345

1-877-POR-VIDA (1-877-767-8432)
Teléfono gratis: 1-800-729-6686
Fax: 301-468-6433
http://www.health.org

Este sitio ofrece información sobre la prevención del consumo de drogas y alcohol, incluyendo material educativo, encuestas, programas de prevención, y base de datos sobre drogas, alcohol y salud mental. Además, informa sobre la *"Regional Alcohol Drug Awareness Resource Network"* (RADAR), la cual puede que tenga un centro de recursos en su área.



Office of National Drug Control Policy (ONDCP)
Drug Information
P.O. Box 6000
Rockville, MD 20849-6000

Teléfono gratis: 800-666-3332
Fax: 301-519-5212
http://www.whitehousedrugpolicy.gov

Esta agencia opera con una línea de teléfono gratis (1-800). Cuenta con un equipo de especilistas en información sobre drogas y alcohol. Distribuye información sobre las tendencias del consumo de drogas, la criminalidad relacionada con las drogas, y las políticas nacionales para el control de estas substancias. A través de su espacio en el Internet, brinda información para niños, adolescentes y padres de familia.

Centros para la aplicadas de tecnologías de prevención (CAPT)

Los CAPTs proveen de asistencia técnica, incluyendo tanto información como desarrollo de destrezas. Esta asistencia está designada a agencias y proyectos en el campo de la prevención del consumo de Alcohol, Tabaco y Drogas Ilícitas (ATDI), y a la prevención de la violencia y del SIDA.

CAPT de la Frontera

Arizona-Mexico Border Health Foundation
2501 E. Elm Street
Tucson, AZ 85716

Teléfono: 520-795-9756
Fax: 520-795-1365
Website: http://www.bordercapt.org



CAPT Central

Minnesota Institute of Public Health
2829 Verndale Avenue
Anoka, MN 55303

Teléfono: 800-782-1878 o
612-427-5310
Fax: 612-427-7841
Website: http://www.miph.org/capt/



CAPT del Noreste

Education Development Center, Inc.
55 Chapel Street
Newton, MA 02458-1060

Teléfono: 617-969-7100 o
617-618-2390
Fax: 617-527-4096
Website: http://www2.edc.org/capt/

CAPT del Sureste — *Mainland*

310 Airport Road, Suite D,
Jackson, MS 39208

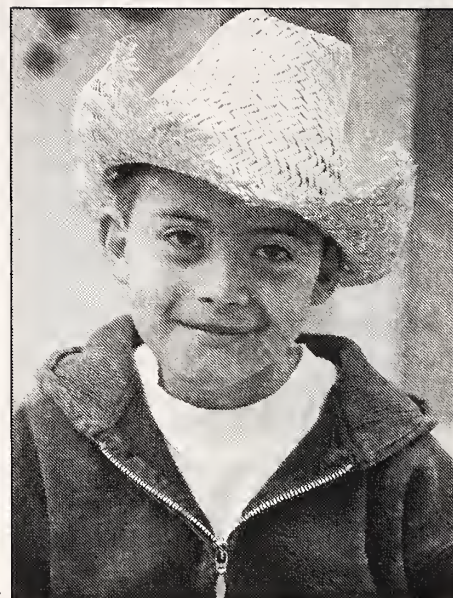
Teléfono: 601-933-9199
Fax: 601-933-1138
http://www.secapt.org



CAPT del Suroeste

Southwest Prevention Center
University of Oklahoma
555 Constitution Street, Suite 132
Norman, OK 73072

Teléfono: 405-325-1454
Fax: 405-325-7092
Website: http://www.swcapt.org/



CAPT del Oeste

University of Nevada, Reno
Mail Stop 279
Reno, NV 89557-0202

Teléfono: (775) 784-6265 o
(888) 734-7476 (toll free)
Fax: (775) 784-1840
Website: http://www.unr.edu/westcapt

Apéndice B
Cinco Etapas para la Organización de una Comunidad

El proceso de cinco etapas que se describe más abajo le será útil en su trabajo de organización de la comunidad. Para realizar algunas de las tareas que conforman este proceso se incluyen varios formularios.

Etapa 1: Defina su comunidad

¿Cómo definirá su comunidad?

Para enfocar el trabajo de organización es importante que primero tenga una definición clara de su comunidad.

Una comunidad puede definirse de varias maneras. Algunas personas podrían definirla como la totalidad de un pueblo o ciudad. Otras, pueden hacerlo incluyendo sólo un barrio determinado, constituido por unas pocas cuadras. Algunos padres de familia puede que la definan como la escuela del distrito, mientras que otros puede que incluyan también el área que la rodea. Otras personas pueden opinar que una comunidad se define por grupos culturales o etáreos.

Por tanto, para organizar su comunidad, lo primero que su grupo debe hacer es ponerse de acuerdo sobre cuáles serán los 'límites' de ésta.

Etapa 2: Realice trabajo de investigación en su comunidad

¿Con qué programas y servicios cuenta su comunidad en la actualidad?

Es bastante probable que su comunidad ya cuente con algunos programas y servicios dirigidos a reforzar los factores de protección. Por tanto, es de suma importancia que se elabore un inventario de ellos, especialmente, de los programas para jóvenes.

La información que recopile sobre los programas y servicios existentes en su comunidad, a su grupo le será útil para lo siguiente:

- Evitar la duplicidad de servicios, y utilizar sus recursos y esfuerzos inteligentemente.
- Basarse en los elementos positivos ya existentes en su comunidad.
- Saber si los programas y servicios que su grupo ha desarrollado han causado algún impacto. Esto podrá saberlo sólo si usted tiene conocimiento de lo que ya existía antes de comenzar a organizar la comunidad.

Determinando la extensión de su comunidad

Determine los límites del área hacia la cual enfocará sus esfuerzos.

La comunidad comprende: ¿toda la ciudad? ¿el pueblo? ¿el barrio?

¿Puede usted identificar las calles que limitan su comunidad?

Identifique el grupo al cual enfocará sus esfuerzos.

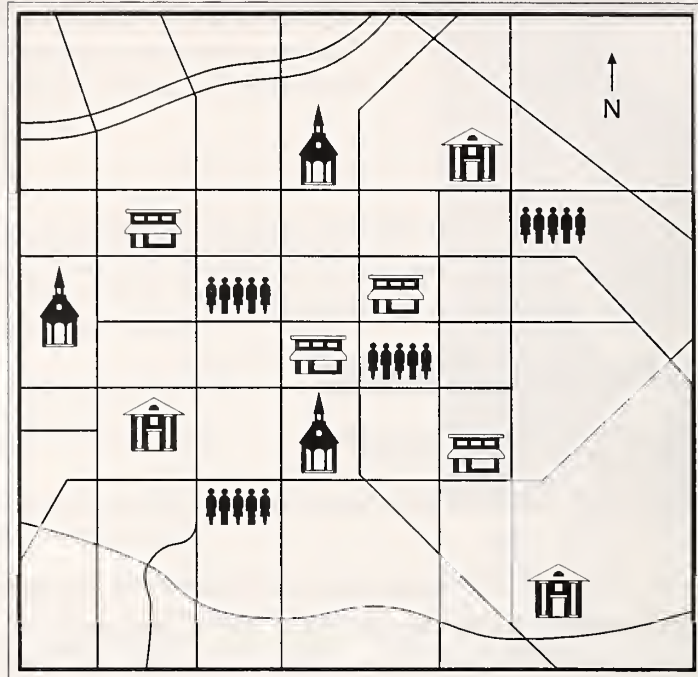
¿Desea usted enfocar su programa a los niños de escuelas primarias o a los de enseñanza media? ¿Qué tal a todos los jóvenes menores de 18 años de edad?

Identificando los Servicios Existentes

Para obtener información utilice las siguientes fuentes:

- iglesias
- escuelas
- puestos de salud
- clubes juveniles
- grupos vecinales
- negocios
- vecinos
- miembros de la familia
- guía de teléfonos
- guías de servicios de la cuidad

Mapa de la Comunidad




Iglesias


Escuelas


Organizaciones


Negocios

¿Cómo obtener información sobre los programas y servicios existentes?

En su comunidad existen variadas fuentes donde puede obtener información sobre los programas y los servicios que ella ofrece. Los mejores puntos de partida son su familia, sus amigos y sus vecinos. Es bastante probable que ellos sepan de los diferentes programas que existen. O, puede referirse al cuadro que presentamos en esta página.

Etapa 3: **Establezca sus Prioridades**

¿Cuáles problemas debe enfocar su grupo?

Primero que todo su grupo debe informarse sobre los factores de protección que aún no existen en la comunidad. Esto puede realizarse conduciendo una encuesta entre los miembros de la comunidad, interrogándolos sobre los factores de protección que ellos creen que hacen falta y el nivel de importancia que le otorgan a éstos. Basándose en la información recopilada en la encuesta, usted podrá elaborar una lista de prioridades.

Para realizar este trabajo, en el manual se incluyen los siguientes instrumentos:

1) Inventario de los Factores de Protección en la Comunidad"
2) Identificando las Prioridades de la Comunidad y a los Interesados."

[Ver apéndice E]

Una vez elaborada la lista de prioridades, es importante que en su grupo todos se pongan de acuerdo sobre la definición de cada prioridad. Por ejemplo, considere lo siguiente:

- Si una de las prioridades es la instalación de servicios que brinden cuidados para niños que sean adecuados, seguros y que promuevan el aprendizaje, el grupo deben definir en forma detallada lo que eso significa. ¿Es que el servicio ofrece cuidado de niños para los padres de familia que trabajan en turnos de noche? ¿Es que el programa contiene un número determinado de actividades recreativas cada día? ¿Es que se incluyen sólo agencias con licencia para operar?
- Si otra de las prioridades es estructurar sistemas de apoyo para las familias, esto requerirá una definición clara sobre qué se entiende por 'apoyo'. O, si el sistema es sólo para los padres de familia y adolescentes, o para los nuevos padres de familia con sus recién nacidos.

Para obtener ayuda en esta tarea, usted puede contactarse con otros programas de prevención y averiguar cómo ellos han definido y fijado las prioridades. En el Apéndice de este manual, en la Sección A, se presenta una lista de esos programas.

Etapa 4: **Elabore una lista de los interesados**

¿Quiénes son los interesados?

Los interesados son personas y organizaciones de su comunidad que de alguna manera se beneficiarán con lo que su grupo está realizando. Ellos tienen interés en lo que ustedes están desarrollando y, a la vez, son las personas y las organizaciones con las que ustedes tendrán que trabajar para lograr éxito en las labores de organización.

Por ejemplo, si una de sus prioridades es la instalación de servicios que brinden cuidado para niños que sean adecuados, seguros y que promuevan el aprendizaje, se requerirá averiguar qué personas y organizaciones en la comunidad están interesadas en el desarrollo de este tipo de servicios.

En este proceso debe incluirse tanto a los proveedores de los servicios como a las familias que los necesitan *(Ver cuadro a la derecha de esta página).*

Cuando establezca sus prioridades, escoja empresas pequeñas. No abarque demasiado. Evite el agotamiento y la frustración.

Interesados Sugeridos

- gente joven
- padres de familia
- ancianos
- clero
- personeros políticos
- dirigentes comerciales
- dirigentes de grupos civiles
- grupos vecinales
- oficiales de la policía
- personal de las escuelas
- agencias de servicio social
- proveedores de salud
- personeros de los medios de comunicación
- dirigentes de programas de prevención del consumo de drogas y alcohol
- clubes sociales
- organizaciones de homosexuales y lesbianas

Etapa 5: **Convoque a reunión a los interesados**

Realice una reunión para cada prioridad en la que usted se encuentre trabajando, e invite sólo a los interesados que tienen algo en juego en dicha prioridad.

¿Por qué debe reunirse con los interesados?

Debe hacerlo por las siguientes razones:

1. Para convencerlos de la necesidad que tiene la comunidad de contar con mayor cantidad de programas de prevención de consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas, y de servicios para los jóvenes.
2. Para que se le unan en la tarea de estructurar un grupo organizador más numeroso y de carácter permanente y, además, para formar grupos de trabajo para cada una de las prioridades que el grupo haya establecido.
3. Para motivarlos a tomar acción, en el sentido de que la apoyen en sus esfuerzos de prevención (Recuérdeles su misión, los objetivos de la comunidad y de lo que está en juego).
4. Para informarlos sobre los programas de prevención y los servicios que ya existen en la comunidad y solicitarles apoyo para ellos.

Realice una reunión para cada prioridad en la que usted se encuentre trabajando, e invite sólo a los interesados que tienen algo en juego en dicha prioridad. Sin embargo, pueden cubrirse dos o más prioridades en la misma reunión si éstas competen a los mismos interesados. Pero, si tratar más de una prioridad le significa mezclar a los interesados, quiénes se orientarán en diferentes direcciones, limítese a cubrir sólo la prioridad más importante.

Con varias semanas de anterioridad a la reunión, a cada interesado envíele lo siguiente:

- ♦ Una invitación a la reunión.
- ♦ Una minuta con información sobre los antecedentes de su grupo, los resultados de la encuesta, la lista de prioridades, el objetivo de la reunión, y cualquier otro tipo de información que usted desea que los invitados hayan leído con anterioridad al momento de la reunión.
- ♦ Una agenda para la reunión.

Se sugiere referirse al apéndice E para la "Lista de Elementos para Organizar las Reuniones y Fijar las Horas" que se presenta al final de este manual.

Apéndice C
Dieciseis Etapas para Convertirse en Parte de una Solución

Estas dieciseis etapas fueron desarrolladas por el Consejo Nacional La Raza (Mayo de 1989), basándose en un proceso de toma de decisiones lógico, con el fin de ayudar a los líderes comunitarios a orientar sus labores en forma apropiada y lograr mayor eficacia. Las diferentes etapas fueron adaptadas con el objetivo de ayudarle a usted a decidir qué estrategias aplicar para producir un impacto significativo al problema del consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas en su comunidad.

1. Infórmese sobre las bases del problema

Esta etapa le será útil para instruir a los líderes de su organización. Le servirá tanto a usted como a los miembros del directorio para informarse sobre el consumo de substancias nocivas a nivel nacional y adquirir algún conocimiento del problema local. Además, le dará la seguridad de que las decisiones que usted tome estarán basadas en la realidad en vez de mitos.

2. Instruya a los miembros de su organización

Esta etapa le será útil para instruir a los miembros de su comité y sus líderes. Todas las personas que trabajan con usted deben adquirir algunos conocimientos básicos sobre el problema del consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas. Las instrucciones pueden perfeccionarse repasando los resultados de la investigación realizada, las presentaciones formales, y las discusiones informales sobre su consumo.

3. Identifique a las organizaciones locales

Esta información le permitirá saber qué organizaciones están trabajando para esta causa en la actualidad, cómo se relacionan entre ellas, y en qué medida se ocupan del segmento hispano/latino. Usted deberá identificar los últimos estudios que se hayan realizado respecto al tema, a las coaliciones o grupos de trabajo locales, a las principales organizaciones de la comunidad, y a las personas que sean consideradas líderes dentro de esas organizaciones. Asegúrese también de revisar e identificar a otras agencias de importancia, incluyendo a los comerciantes, los proveedores de salud, las escuelas, las agencias de servicio social, y a cualquier otra agencia local.

4. Dese a conocer como organizador

Su organización debe darse a conocer en el campo de la prevención del consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas. Designe a una persona como su representante para reuniones y conferencias. Este representante debe ser conocedor del tema, buen interlocutor y capaz de presentar la causa hispano/latina.

5. Determine las necesidades de la comunidad hispano/latina

Determine el impacto que produce el consumo de substancias nocivas en la comunidad hispano/latina. Averigüe en qué medida se cubren las necesidades de esa comunidad, qué cantidad y calidad de servicios se le brinda, y qué capacidad de acceso tiene a ellos. También debe evaluar los trabajos de otras agencias hispano/ latinas respecto a la conducción del problema de consumo de substancias nocivas.

6. Ayude a desarrollar un plan

Asegúrese de que el plan de su organización, en lo que se refiere al manejo del consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas, tenga coordinación y compatibilidad con el plan general de la comunidad. Usted debe saber si el plan general de la comunidad conduce en forma adecuada las necesidades de la comunidad hispano/latina. El plan debe contener dos componentes: una sección de prevención y educación, y otra que se ocupe de los servicios directos para las personas con problemas de consumo de éstas.

7. Considere funciones alternativas

Dado que en las organizaciones comunitarias de base hispanas existen variadas funciones respecto al manejo de los programas de prevención y educación, identifique las diferentes funciones que su agencia desea desarrollar. Es probable que usted desee referir a sus clientes a servicios de prevención o tratamiento de alcohol, tabaco y drogas ilícitas, o puede que desee brindarles información básica. O, también que desee desarrollar programas de prevención y servicios de salud directos, o tal vez, dedicarse a un determinado grupo de la población.

8. Tenga clara la misión que está emprendiendo

Tenga claro que las funciones que su agencia o grupo adopte envolverán ciertas contradicciones y también desafíos. Los funcionarios de la agencia deberán aceptar a las personas que consumen alcohol, tabaco y drogas ilícitas tales como son y evitar culparlas por su condición. Asegúrese de que su personal ha llegado a convenir con las "cosas de la vida," sean éstas el consumo de drogas, la prostitución, el SIDA, o la homosexualidad.

9. Determine las funciones de su agencia

Después de identificar las posibles funciones de su agencia, y de considerar las implicancias que conlleva el consumo de substancias nocivas, analice las diferentes alternativas y decida qué funciones o función usted desea realizar. Puede que desee desarrollar programas de servicios, o sólo trabajo de apoyo. Por ejemplo, una de las obligaciones principales de las organizaciones hispano/latinas como representantes de la comunidad, es apoyar la creación de los servicios que necesitan los hispanos con problemas de drogadicción.

10. Desarrolle un plan de acción

Una vez que su agencia ha decidido la función o funciones que desea realizar respecto al consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas, ha llegado el momento de desarrollar un plan de acción detallado y práctico que sirva de guía para por lo menos un año. Esto representa la fase de desarrollo de planificación del programa. Este plan debe cuadrar con el plan general de la comunidad; si es que existe alguno. Debe incluir los objetivos, los servicios que se proponen, las pautas y el tiempo que se ha determinado para implementarlos, la designación de las personas que se harán cargo de llevar a cabo las diferentes tareas, y el monto de los fondos que se necesita conseguir. Este plan proveerá de las bases para la reunión de los fondos. También puede presentársele al 'grupo de trabajo local contra el consumo de drogas' para solicitarle cartas de recomendación, y su aprobación y apoyo.

11. Conviértase en conocedor

El campo del consumo de substancias nocivas es bastante político. Por tanto, usted debe aprender las reglas del juego y proceder con mucho tacto. Tómese tiempo para aprender a desarrollar propuestas y nuevas técnicas de evaluación.

12. Establezca una red de contactos

Usted tendrá que establecer y mantener contactos a nivel local, estatal y federal. Cuando se trata de programas de prevención de consumo de drogas, el mensaje produce más impacto cuando procede de diferentes fuentes. Ninguna organización logrará éxito trabajando por si sola. Por tanto, usted necesitará los variados conocimientos, destrezas, experiencias y contactos de una extensa gama de organizaciones y personas.

13. Conviértase en la voz de los hispano/latinos



Su agencia debe ser el portavoz de los hispano/latinos en el asunto de la prevención del consumo de drogas. Esto significa estar bien informado y capacitado para exponer sobre variados temas. Si su agencia se ha comprometido ha hablar claro sobre el consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas muy pronto llegará a ser una respetada fuente de información para los medios de comunicación, y también para los personeros del sector público y del privado.

14. Obtenga los recursos financieros que necesite

La mayoría de las instalaciones de servicios para combatir el consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas le exigirá la adquisición de nuevos fondos. No obstante, la competencia para obtenerlos es bastante intensa. Usted debe asegurar que su agencia no se incline a solicitar fondos que requerirán la provisión de servicios que no están dentro de los planes que ha trazado.

15. Marque una diferencia

Asegure el éxito de sus programas planificando cuidadosamente sus estrategias e incluya en ellas un detallado plan de trabajo. Por ejemplo, incluya la designación de funciones y los límites de tiempo, la contratación de personal idóneo, el financiamiento apropiado, una administración adecuada y apoyo progresivo. Asegúrese de producir de acuerdo a su capacidad de organización, coopere con otras organizaciones, y cuando le sea posible, solicite la ayuda de los expertos locales y nacionales.

16. Monitoree y evalúe su progreso

Aunque lo más probable es que su organización tendrá que operar constantemente con exceso de trabajo y sorteando variadas crisis, trate de asegurar que las actividades administrativas, tales como la documentación y la evaluación, obtengan la atención que requieren. A algunos grupos hispano/latinos se les niega el refinanciamiento o se les rechazan fondos adicionales debido a que no realizan monitoreo ni evaluaciones ni documentan su progreso. Asegúrese de estructurar, desde la partida y en forma regular, el monitoreo y la evaluación de las actividades. Esto no sólo para los propósitos de financiamiento, sino para que usted pueda identificar y manejar los problemas que surjan.

Apéndice D
Siete Etapas para Estructurar un Programa de Prevención Exitoso

Este modelo representa el proceso de siete etapas que puede utilizarse para organizar programas de prevención. Información adicional para este modelo puede obtenerse en la siguiente dirección de Internet: http://www.unr.edu/unr/colleges/edu/captta/prev/prevplan.html.

Etapa 1: Averigüe si la Comunidad está Preparada para Organizarla

Primero que todo, es importante averiguar si la comunidad está preparada para desarrollar e implementar un programa de prevención de consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas. Para implementar un programa de prevención exitoso, la comunidad debe contar con el apoyo y compromiso de sus miembros, y también con los fondos necesarios.

Etapa 2: Infórmese del Impacto que el Problema Produce en la Comunidad

Realice una evaluación para determinar la medida en que el problema o situación (tal como el consumo de substancias nocivas) está afectando a la comunidad. Ésta, a la vez le será útil para identificar los factores de riesgo y de protección que existen en ella.

Etapa 3: Utilice la Información Recopilada para Establecer sus Prioridades

Un vez finalizada la Etapa 2, utilice la información recopilada como base para decidir cuáles factores de riesgo y de protección requieren de atención en su comunidad.

Etapa 4: Identifique los Programas y Servicios que Existen en la Comunidad

Realice una evaluación para determinar los recursos con que cuenta la comunidad para disminuir los factores de riesgo y aumentar los de protección. Esto le dará respuesta a la siguiente pregunta: "¿ Qué se está realizando en mi comunidad para abordar este problema?"

¿Qué se entiende por "recursos"? Éstos son cualquier cosa que se utilice o pueda utilizarse para reducir la probabilidad de que las personas o comunidades comiencen o continúen con el consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas.

Etapa 5: Establezca los Objetivos de su Organización

Identifique la cantidad de personas que serán atendidas con su trabajo. Para esto, primero debe identificar una población objetivo. Se encontrará preparada para esta etapa, una vez que haya determinado a qué área usted desea dedicar su tiempo, su trabajo, sus fondos, y cuáles vacíos necesita cubrir.

Existen tres tipos básicos de población: la universal, la seleccionada y la señalada.

Estrategias para la población universal

Las estrategias de prevención para la población universal cubren a la totalidad de ésta (nacional, comunidad local, escuela y barrio), y comprenden mensajes y programas orientados a prevenir o detener el consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas.

Estrategias para poblaciones seleccionadas

Las estrategias de prevención para poblaciones seleccionadas se dirigen a subgrupos de la población general que se consideran que están en riesgo de consumir substancias nocivas por el hecho de pertenecer a determinados segmentos de ésta. Por ejemplo, los hijos de adultos alcohólicos, los desertores escolares, o los estudiantes que están fracasando académicamente.

Estrategias para poblaciones señaladas

Las estrategias de prevención para poblaciones señaladas están diseñadas para prevenir la iniciación del consumo de substancias nocivas por personas que no califican dentro del criterio de adicción DSM-IV, pero que presentan tempranos signos de peligro, tales como comenzar a obtener bajas calificaciones en la escuela, y consumir alcohol y otras drogas.

Etapa 6: **Cíñase a la Guía de Principios y a las Mejores Prácticas**

Después de identificar a la población objeto entre las etapas 2 y 5, los planificadores deberán identificar apropiadamente los programas y las estrategias a implementarse. Para asegurar un impacto significativo, es importante utilizar las "Mejores Prácticas' o, como mínimo, prácticas promisorias.

Las "Mejores Prácticas" son aquellas estrategias, actividades, o propuestas que a través de trabajos de investigación y de evaluación han demostrado eficacia en prevenir o detener el consumo de substancias nocivas.

Si una comunidad ya cuenta con un programa de prevención o una estrategia, la "Guía de Principios" puede utilizarse para medir su eficacia. Ésta consiste de un conjunto de recomendaciones estructuradas para crear programas de prevención eficaces. La guía también puede utilizarse para diseñar un programa innovador o una nueva estrategia cuando ninguna de las recomendaciones de las 'Mejores Prácticas' ha resultado apropiada para cubrir las necesidades de una comunidad determinada.

Etapa 7: **Evalúe su Progreso**

La evaluación es el resultado de un trabajo sistemático que se realiza para recolectar información sobre los programas implementados, y puede utilizarse para diferentes propósitos.

El trabajo de evaluación debe ser parte integral de todos los programas de prevención y de las estrategias. Es necesario determinar si los programas de prevención que se estén implementando en un determinado momento están logrando los objetivos establecidos en el programa.

Existen diferentes métodos para realizar evaluación, y los evaluadores profesionales tienden a estar de acuerdo en que no existe 'ningún método mejor que otro' para ello. Más bien, una buena evaluación requiere del cuidadoso análisis de las interrogantes que requieren de respuesta, del tipo de programa que se esté evaluando, y de las formas en que se utilizará la información compilada. Una buena evaluación debe generar información útil sobre el funcionamiento de los programas para así contribuir a los posibles mejoramientos.

Apéndice E
Instrumentos para Facilitar la Organización

Esta sección contiene los instrumentos que usted puede utilizar para organizar su comunidad. Por favor, guarde las copias originales de estos formularios para las futuras actividades de su grupo.

Incluimos lo siguiente:

- Un formulario titulado **Inventario de los Factores de Protección de la Comunidad**, e instrucciones para análisis de la información (Tercera etapa).
- Una planilla titulada **Estableciendo las Prioridades de la Comunidad e Identificando a sus Miembros** (Tercera etapa).
- Un formulario titulado **Base de Datos de los Miembros de la Comunidad** (Cuarta etapa).
- Un folleto modelo titulado **Agenda para las Reuniones de Miembros** (Quinta etapa).
- Un formulario titulado **Lista de Elementos para Organizar las Reuniones y Fijar las Horas** (Quinta etapa).

Inventario de los Factores de Protección en la Comunidad

A continuación de estas indicaciones presentamos una lista de los factores de protección para prevenir el consumo y abuso de drogas y alcohol. Por favor, léala y siga las siguientes instrucciones:

1) Marque la palabra "Si" en caso que usted crea que ese factor ya existe en su comunidad (Por favor, no marque ningún número ni línea donde usted ya haya marcado "Si").

2) Marque la palabra "No" en caso que usted crea que ese factor no existe o hace falta en su comunidad. Luego, decida la importancia que usted le otorga a ese factor. Marque el número "1" con un círculo en caso que usted crea que ese factor es de la más alta prioridad. Marque con un círculo el número "2" en caso que usted crea que ese factor es de alta prioridad. Marque con un círculo el número "3" en caso que usted crea que ese factor es de la más baja prioridad.

Factores	Sí (el factor existe)	No (el factor no existe)	Prioridad		
Vivienda adecuada	______	______	1	2	3
Barrio agradable (áreas verdes, lugares de reunión)	______	______	1	2	3
Baja criminalidad	______	______	1	2	3
Escuelas que promueven aprendizaje, participación y responsabilidad	______	______	1	2	3
Cuidados para la salud accesibles y financiables	______	______	1	2	3
Facil acceso a servicios sociales adecuados	______	______	1	2	3
Trabajos adecuados para los que lo necesitan	______	______	1	2	3
Trabajos con remuneración adecuada	______	______	1	2	3
Entidades multigeneracionles para familias	______	______	1	2	3
Entidades de apoyo para la familia. Por ejemplo: guarderías infantiles confiable, asistencia de apoyo para la familia	______	______	1	2	3
Capacitación para desarrollar valores dentro de la familia	______	______	1	2	3
Oportunidades para que los padres se involucren en las funciones de la escuela	______	______	1	2	3
Sistemas de apoyo para la familia	______	______	1	2	3
Guarderías infantiles adecuadas, seguras y que promuevan el aprendizaje	______	______	1	2	3
Estándar de conducta de la comunidad	______	______	1	2	3
Clases de educación para la salud y prevención del consumo de drogas para la juventud	______	______	1	2	3
Grupos de padres de familia y jóvenes	______	______	1	2	3
Programas para enseñar a los jóvenes a combatir la presión de los compañeros	______	______	1	2	3
Programas de asistencia para estudiantes	______	______	1	2	3
Talleres de entrenamiento para jóvenes y adultos	______	______	1	2	3
Clases de sobrevivencia	______	______	1	2	3
Programas para mentores	______	______	1	2	3
Otro (especifique) ______________________________	______	______	1	2	3
Otro (especifique) ______________________________	______	______	1	2	3
Otro (especifique) ______________________________	______	______	1	2	3
Otro (especifique) ______________________________	______	______	1	2	3

Puede agregar otros factores que su grupo considere importantes.

Analizando la información

Una vez realizadas las encuestas en su comunidad, tabule los resultados. Esta tarea puede llevarla a cabo un individuo o un grupo.

Etapas del análisis

1. Utilizando todos los formularios llenados por los representantes de la comunidad, cuente los factores a los cuales se les otorgó prioridad “1”. Por ejemplo: ¿Cuántas veces el factor ‘vivienda adecuada’ obtuvo prioridad “1”? ¿Cuántas veces el factor ‘barrios agradables’ obtuvo prioridad “1”?

2. Identifique el factor que obtuvo la mayoría de “1”, o sea, de ‘la más alta prioridad’ ¿Qué factor obtuvo la segunda mayoría? ¿Qué factor obtuvo la tercera mayoría? Esta lista le indicará los principales factores que los representantes de su comunidad consideran prioritarios.

3. Si usted así lo desea, puede continuar este ejercicio hasta haber cubierto todos los factores con prioridad “1”. Luego, puede continuar el análisis de los factores con prioridad “2”.

Es probable que usted desee diseminar los resultados de las encuestas. Para este efecto, puede imprimir boletines con una lista de los diferentes programas (por ejemplo: “Talleres de Educación para Padres de Familia”, “Trabajos”, “Sistemas de Apoyo”, etc.), y distribuirlos en diarios murales a través de la comunidad. Usted debe tener una idea bastante clara de lo que los miembros de su comunidad creen que ya existe y qué hace falta. ¿Existen algunos vacíos en los servicios? ¿Existen áreas con demasiados servicios y los recursos que se utilizan en ellos podrían dirigirse a cubrir los vacíos en otros?

Estableciendo las Prioridades de la Comunidad e Identificando a sus Miembros

En este formulario los organizadores comunitarios pueden describir una prioridad de la comunidad y su área de enfoque, delinear los objetivos de esa prioridad, o definirla más claramente.

Factor: ______________________________

(Titule el factor de protección en forma breve)

Descripción del objetivo para el área de enfoque:

____

____

____

____

Identifique a los miembros clave para esa área de enfoque:

______________________________ ______________________________

______________________________ ______________________________

______________________________ ______________________________

______________________________ ______________________________

Nivel de importancia /grado de la prioridad: __________

(De su planilla de inventario obtenga el grado de la prioridad y anótelo en el espacio de arriba. El número "1" es el grado más importante, el "2" es el segundo en importancia, etc.).

Base de Datos de los Miembros de la Comunidad

Utilice este formulario para mantener la información sobre los miembros de su grupo. Emplee otras planillas para los diferentes tipos de miembros. Por ejemplo, en una pueden anotarse los miembros que representan el servicio de salud, y en otra a los que representan al sistema de educación.

Tipo de Miembro:: ______________________________

Nombre	Organización	Dirección	Teléfono	Correo electrónico

Agenda modelo para reuniones

Organizador de la Reunión
(10 minutos)

- Bienvenida
- Agenda y objetivos de la reunión

Organizador comunitario
(10 minutos)

- La necesidad de actuar
- Llamada a la acción
- Presentación del moderador

Moderador
(30 minutos)

- Presentación de todos los asistentes
- Otorga algo de tiempo para que todos se conozcan
- Objetivo para los miembros
- Breve relato del proceso
- La función de los factores de protección

Receso (10 minutos)

Moderador
(1 hora)

- Grupos pequeños – evaluación de los programas y servicios locales
- Grupos pequeños – determinación de la necesidad de nuevos servicios o si los existentes deben ampliarse
- Todos los asistentes – compartir las listas y buscar consenso
- Desarrollar un plan de acción comunitaria
- Próximos pasos: asignar tareas y fijar plazos
- Plan para la próxima reunión.

Lista de Elementos para Organizar las Reuniones y Fijar las Horas

_____ Averigüe los nombres, direcciones, números de teléfonos y direcciones de correo electrónico de las personas que usted desea invitar.

_____ Seleccione la fecha de la reunión. Para este efecto, tome en consideración los horarios de trabajo y hábitos familiares de los posibles invitados. Durante el año académico, puede que sea mejor en las tardes, después de las 7:00, o los domingos.

_____ Determine el lugar de la reunión. Localice algún local de la comunidad que sea cómodo y que no intimide. Con frecuencia, a la gente no le agrada reunirse en las escuelas u oficinas municipales. Trate de conseguir algún centro comunitario local o una iglesia, los cuales son lugares donde se desarrollan otros tipos de reuniones. Por último, puede ser un restorán.

_____ Prepárese para poder explicar con claridad la cantidad exacta de espacio que necesitará, y cómo desea que se arregle el local para el día de la reunión. ¿Necesitará sólo sillas, o también mesas?

_____ Diseñe un dibujo con la distribución del mobiliario para la persona encargada de esa tarea.

_____ Seleccione una persona para que inicie la acción. Esta persona debe motivar a los asistentes, iniciar la acción y, al final de la reunión, agradecer a todos por la asistencia.

_____ Seleccione un moderador para que explique el proceso a los asistentes, y para que trabaje con los grupos pequeños. Esta persona también estará encargada de elaborar un resumen de la reunión.

_____ Convoque a una reunión previa a las personas que disertarán en la reunión general. Elabore la agenda, confirme las responsabilidades que les ha asignado a estas personas y averigüe qué materiales o equipos necesitarán.

_____ Asegure la adquisición del equipo o material que se necesite. Esto puede incluir: pantalla para diapositivas o película, proyector, computadora, micrófono, atriles con papel de trabajo y lápices apropiados. Es probable que no desee utilizar micrófono; a veces éstos intimidan, pero también es importante que todos los asistentes escuchen cada palabra que se dice.

_____ Si contempla servir refrescos, incluya en su lista una cafetera, un tiesto para jugo de frutas y una bandejas para galletas.

_____ Ordene los materiales de prevención con cuatro o seis semanas de anticipación para asegurar su despacho a tiempo. Igual cosa si necesitara cualquier documento de la comunidad. Decida si el material escrito que necesita debe estar en inglés, español o ambos idiomas. Ordene las traducciones a tiempo.

_____ Reclute voluntarios para que le ayuden durante la reunión. Usted necesitará: 1) una persona a la entrada del local para recibir y saludar a los asistentes; 2) una persona en la mesa de recepción para recolectar firmas y entregar a los miembros las tarjetas con sus nombres y; 3) una persona que ayude a relacionar a la gente para que puedan conocerse unos a otros. A cada persona que ingresa a la sala de reunión, debe hacérsele sentir importante y parte del grupo.

_____ Cuatro o cinco semanas antes de la reunión despache por correo las siguientes cosas a cada invitado: tarjeta de invitación, agenda de la reunión, un mapa indicando cómo llegar al lugar y, cualquier otro material que usted desea que lean previo al encuentro. Motive a la gente para que asista a la reunión o para que manden alguien que los sustituya si es que ellos no pueden presentarse. Requiérales que respondan sobre la asistencia. Asegúrese de mantener al día su lista de direcciones y números de teléfonos de los miembros de la comunidad.

_____ Una semana antes de la reunión llame por teléfono a los invitados para recordarles la fecha y hora del encuentro, y respóndales cualquier interrogante que pudieran tener.

_____ Tres días antes de la reunión verifique los preparativos que planificó.

_____ Pida a alguna persona que, temprano, el mismo día del encuentro, revise si todos los preparativos están en orden.

_____ Preséntese en el lugar de la reunión con una hora de anticipación a la hora fijada para revisar los preparativos y recibir a los invitados.

_____ Cinco días después del encuentro, envíe a cada uno de los que asistieron una nota de agradecimiento y un resumen de lo tratado en la reunión, incluyendo parte de sus planes a futuro y la fecha de la próxima reunión.

CONOZCAMOS ACERCA DEL ALCOHOL, TABACO Y DROGAS ILÍCITAS

Droga	Qué es	Nombre común	Señales de uso	Efectos a largo plazo
MARIHUANA *Contrariamente a las creencias de los jóvenes, la marihuana es una droga dañina que produce adicción.*	Es una combinación de flores y hojas de la planta de cáñamo también conocida como Cannabis Sativa. Es de color marrón verdoso, con apariencia de hoja seca desmenuzada.	Hierba mala, yerba, oro de Acapulco, pot, THC, porro, monte, pito, herbajo, mota, mafú, pasto, María, moy, blunt, regs, krips o kripto, reefer o joints, churro, pace.	Apariencia poco saludable. Ojos enrojecidos. Cambios bruscos de humor y comportamiento. Hostilidad. Irritabilidad. Alejamiento de la familia. Resistencia a la disciplina. Baja en rendimiento escolar. Mensajes o símbolos relacionados con drogas en las pertenencias. Uso de gotas oftálmicas. Aumento del apetito.	Súbita pérdida de peso. Arritmia cardiaca o latidos irregulares del corazón. Dificultad al respirar. Ansiedad severa. Ataques de pánico. Alucinaciones. Con el tiempo: Daño del corazón y pulmones, cáncer al pulmón, dificultad para recordar las cosas, disminuye la cantidad y movilidad de esperma en los hombres; trastorno del periodo menstrual y la ovulación en las mujeres.
COCAINA *Es una de las drogas que más rápidamente genera adicción, llegando incluso a matar.*	Substancia química extraída de la hoja de la planta de coca. Es un polvo blanco que se inhala o se calienta y se mezcla con éter y bicarbonato de sodio, para ser inyectado.	Coca, escamas, nieve, polvo blanco, pase, C, niña blanca, polvo feliz, oro en polvo, terrón de azúcar, blow, candy.	Aumento de la presión sanguínea y de la euforia. La persona permanece despierta por largos periodos de tiempo para después dormir extensas horas. Pérdida del apetito y del interés en los amigos, entretenimiento y otras actividades.	Agitación, aumento de la temperatura, alucinaciones, convulsiones, posible muerte por paro cardiaco o fallas respiratorias, sentimientos de intranquilidad, irritabilidad, ansiedad y paranoia.
ALCOHOL *Alcohol altera la mente y crea adicción.*	Es una substancia obtenida de la mezcla de azúcar y levadura.	Drinks, birra, licor, cocktails, chupe, pisto, chelas.	Pérdida de la coordinación. Confusión y dificultad para concentrarse. Conducta violenta o depresiva.	Lesiones al cerebro, páncreas y riñón. Presión sanguínea alta. Hepatitis alcohólica y cirrosis del hígado. Úlcera duodenal y estomacal. Colitis, colon irritable, impotencia, esterilidad y vejez prematura.
INHALANTES *Substancias químicas que se utilizan en el hogar.*	Son substancias químicas que al producir vapores actúan en el cerebro.	Removedor de esmalte de uñas, insecticidas, líquidos limpiadores, éter, fijador de pelo en spray, pegante, gasolina, pinturas de bote, resistol, aerosoles.	Sensación de mareo. Dolores de cabeza agudos. Comportamiento extraño «elevado». Percepción del tiempo y espacio alterados.	Puede causar daño cerebral. Comportamiento violento. Pérdida del conocimiento. Daños permanentes al sistema nervioso o muerte.

TABACO *El humo del cigarrillo contiene 4.000 tipos de substancias químicas, la más poderosa de ellas es la nicotina, y ésta es altamente adictiva.*	Hojas de una planta que contiene nicotina, peligrosa substancia química usada a menudo como insecticida.	Puro, pucho, cigarro.	Utilización de artículos nuevos: inciensos, ambientadores, enjuagues bucales, mentas en exceso.	Alza de la presión arterial. Mal aliento y manchas en los dientes. Disminuye los sentidos del gusto y del olfato. Daño al corazón o pulmones. Cáncer al pulmón, boca o garganta.
HEROINA *Es una de las drogas narcóticas más peligrosas y con mayor potencial adictivo.*	Es una substancia derivada de la morfina y ésta a su vez del opio. Es un polvo amargo de color blanco o marrón oscuro.	Smack, stuff (cosa), caballo, droga, boy.	Euforia, somnolencia. Depresión respiratoria. Pupilas constreñidas y náuseas.	Produce problemas físicos y psicológicos (respiración superficial, náusea, pánico, insomnio).
CRACK	Es un derivado químico que se obtiene en el proceso de la pulverización de la cocaína.	Crack.	Problemas para dormir. Goteo o sangrado nasal. Disminución del apetito. Irritación de la piel de tanto rasguñarse. Locuacidad (hablar mucho). Fiebre.	Ronquera. Bronquitis y otros problemas respiratorios. Palpitaciones del corazón pueden aumentar en un 50% y algunas veces se tornan irregulares, provocando ataques cardíacos.
LOS ESTIMULANTES	Son productos químicos que aceleran la actividad del sistema nervioso central. Se prescriben para tratar la depresión, la obesidad, la narcolepsia y la hiperactividad en los niños.	Ritalina, preludina, inamina.	Hiperactividad, irritabilidad y nerviosismo. Largos periodos sin dormir o sin tomar alimentos. Euforia, excesivo deseo de hablar.	Aumento del ritmo cardiaco y respiratorio. Aumento de la presión arterial. Irrita el sistema respiratorio. Daño cerebral, convulsiones y muerte.
PCP FENCICLIDINA	El PCP es una substancia química utilizada como anestésico para animales.	PCP, polvo de ángel, hog (puerco).	Alteración de las sensaciones, del estado de ánimo y la conciencia.	Produce ruptura con la realidad. Posible muerte.
DEPRESORES	Substancias químicas que disminuyen la actividad funcional. Se usan como sedantes y tranquilizantes.		Confusión, desorientación, temblores, contracción de las pupilas, disminución de la presión sanguínea y la respiración.	Acción deprimente del cerebro. Pérdida del control motor. Parálisis de los centros vitales. Coma y posible muerte.